

결	단	사무국장	장원
재		전 결	ms-284

[illegible]

주간 식단표(3월19일~3월25일)

결재	담당	사무국장	원장
		전 결	

월 / 일	3월19일 (월)	3월20일 (화)	3월21일 (수)	3월22일 (목)	3월23일 (금)	3월24일 (토)	3월25일 (일)
아침	참쌀밥 옥수수수프 두부양념조림 시금치무침 김치	참쌀밥(정용란, 마늘새싹, 마늘새싹) 조개살미역국 소불고기 깻잎지 김치	참쌀밥(이수진, 마늘새싹) 생굴미역국 떡갈비야채볶음 냉이된장무침 김치	참쌀밥 열무된장국 감자갈치조림 세발나물 김치	참쌀밥 양송이수프 돈육간장불고기 봄동겉절이 김치	참쌀밥(반원균, 마늘새싹) 쇠고기미역국 달걀계란조림 미나리무침 김치	참쌀밥 멸치배추된장국 고등어시래기찜 새송이볶음 김치
연식	흰죽/갈은죽 610	흰죽/갈은죽 622	흰죽/갈은죽 614	흰죽/갈은죽 602	흰죽/갈은죽 605	흰죽/갈은죽 602	흰죽/갈은죽 600
단백질(g)	22.5	23.5	22.2	23.9	21.1	25.0	20.8
점심	팔밥 아욱된장국 임연수국이 참나물겉절이 김치	무밥/달래장 청국장찌개 묵살구이/쌈장 치커리사과무침 김치	서리태밥 유부된장국 삼치구이 풋마늘무침 김치	혼합잡곡밥 바지락칼국수 단호박찜 부추겉절이 김치	녹두밥 시금치된장국 오징어짜리고추볶음 연근조림 김치	혼합잡곡밥 공치김치찌개 미트볼케첩조림 서초무침 김치	기장밥 알탕 춘천식담갈비 양배추찜/쌈장 김치
연식	흰죽/갈은죽 605	흰죽/갈은죽 615	흰죽/갈은죽 610	흰죽/갈은죽 601	흰죽/갈은죽 607	흰죽/갈은죽 600	흰죽/갈은죽 612
단백질(g)	23.6	25.0	24.1	23.5	24.9	21.0	26.0
저녁	혼합잡곡밥 버섯된장찌개 달걀샐러드 유채나물 김치	치조밥 시래기된장국 가지미무조림 숙주나물 김치	혼합잡곡밥 얼큰소고기국 비엔나야채볶음 원추리나물 김치	현미밥 콩나물찌개 소고기버섯볶음 비름나물무침 김치	혼합잡곡밥 동태무국 채소게란말이 방풍된장무침 김치	수수밥 배추된장국 북어양념찜 팽이버섯게란전 김치	혼합잡곡밥 홍합살미역국 오삼불고기 견과류멸치볶음 김치
연식	흰죽/갈은죽 602	흰죽/갈은죽 601	흰죽/갈은죽 621	흰죽/갈은죽 600	흰죽/갈은죽 608	흰죽/갈은죽 603	흰죽/갈은죽 624
단백질(g)	24.3	21.5	21.8	22.6	22.8	24.0	22.4
간식	요구르트 요플레 베지밀A	요구르트 특화프로그렘 베지밀A	요구르트 요리프로그렘(샌드위치) 베지밀A	요구르트 오에스+감귤주스 베지밀A	요구르트 바나나 베지밀A	요구르트 카스타드+매실주스 베지밀A	요구르트 말기 베지밀A
당뇨간식	요플레/베지밀A 검은콩두유 망고주스	특화프로그렘/베지밀A 검은콩두유 매실주스	요리프로그렘(샌드위치)/베지밀A 검은콩두유 오렌지주스	오에스+감귤주스/베지밀A 검은콩두유 토마토주스	바나나/베지밀A 검은콩두유 감귤주스	카스타드+매실주스/베지밀A 검은콩두유 망고주스	베지밀A 말기/베지밀A 검은콩두유 매실주스
관급식간식	1,817kcal	1,838kcal	1,845kcal	1,803kcal	1,820kcal	1,805kcal	1,836kcal
총계	70.4g	70.0g	68.1g	70.0g	68.8g	70.0g	69.2g
원산지 표시	■ 쌀: 국내산, 김치(배추, 고춧가루): 국내산, 쇠고기: 국내산, 돼지고기: 국내산, 닭도마, 통닭: 국내산, 닭정육(뼈없는): 국내산 ■ 양미리, 오징어: 국내산, 고등어: 노르웨이산, 동태, 코다리: 러시아산, 조기, 갈치, 낙지, 가자미: 중국산, 장어: 페루산, 삼치: 원양산 ■ 위 식단은 식자재 수급사정으로 인하여 변경될 수 있으니 양해 바랍니다.						

* 식당 수급 사정에 의해 변동이 될 수 있습니다.

주간 식단표(3월12일~3월18일)

결재	담당	사무국장	원장
			
		전 결	

월 / 일	3월12일 (월)	3월13일 (화)	3월14일 (수)	3월15일 (목)	3월16일 (금)	3월17일 (토)	3월18일 (일)
아침	참쌀밥 크림치즈소프 강자외고기조림 고사리볶음 김치	참쌀밥 들깨무채국 두부새우젓조림 가지양파볶음 김치	참쌀밥 냉이된장국 동태포조림 유채나물 김치	참쌀밥(백옥초,내삼익아르신생선) 홍합살미역국 게란장조림 방풍나물 김치	참쌀밥(민경초,이육산아르신생선) 쇠고기미역국 닭살양배추볶음 참나물무침 김치	참쌀밥(최동복아르신생선) 참치미역국 돈육애호박볶음 오이달래초무침 김치	참쌀밥 배추된장국 코다리무조림 시래기볶음 김치
연식	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽
열량(kcal)	609	601	611	626	604	618	604
단백질(g)	22.3	22.4	24.0	22.4	24.9	19.0	21.4
점심	혼합잡곡밥 조개살배추된장국 삼치카레구이 애호박버섯볶음 김치	카레라이스 콩나물국 달걀후라이 봉동겉절이 김치	혼합잡곡밥 청국장찌개 궁중떡볶이 오이지무침 김치	현미밥 유부우동 치킨너겟/소스 단무지 김치	혼합잡곡밥 건새우근대된장국 낙지야채볶음 감자채전 김치	수수밥 돈육김치찌개 닭야채볶음 견과류멸치볶음 김치	혼합잡곡밥 황태미역국 돈육김치볶음 썩새고추장무침 김치
연식	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽
열량(kcal)	619	602	632	603	602	627	607
단백질(g)	23.2	26.3	18.8	21.6	24.9	26.0	25.1
저녁	차조밥 생굴미역국 오리주물럭 숙주나물 김치	혼합잡곡밥 멸치배추된장국 양미리무조림 섬초무침 김치	서리태밥 떡만두국 돈육메란조림 깻잎순볶음 김치	혼합잡곡밥 시래기된장국 장어구이/쌈장 양배추절 김치	복두밥 북아게란국 스팸브로콜리볶음 물파래무침 김치	혼합잡곡밥 시금치된장국 조기구이 청포묵김가루무침 김치	기장밥 감자버섯국 쇠고기가지볶음 더덕구이 김치
연식	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽
열량(kcal)	623	600	640	617	601	617	600
단백질(g)	19.6	21.8	23.6	22.6	20.3	23.0	22.1
간식	요구르트 카스타드+매실주스	요구르트 바나나	요구르트 요플레	요구르트 순대	요구르트 굴	요구르트 바나나	요구르트 오에스+오렌지주스
당뇨간식	베지밀A 카스타드+매실주스/베지밀A	베지밀A 바나나/베지밀A	베지밀A 요플레/베지밀A	베지밀A 순대/베지밀A	베지밀A 굴/베지밀A	베지밀A 바나나/베지밀A	베지밀A 오에스+오렌지주스/베지밀A
관급식간식	두유류 토마토주스	두유류 감귤주스	두유류 망고주스	두유류 매실주스	두유류 오렌지주스	두유류 토마토주스	두유류 감귤주스
열량(kcal)	1,851	1,803	1,883	1,846	1,807	1,862	1,811
총계	65.1g	70.5g	66.4g	66.6g	70.1g	68.0g	68.6g

원산지 표 시

■ 쌀:국내산, 김치(배추,고춧가루):국내산, 쇠고기:국내산, 돼지고기:국내산, 닭도마,통닭:국내산, 닭정육(뼈없는):국내산
 ■ 양미리,오징어:국내산, 고등어:노르웨이산, 동태,코다리:러시아산, 조기,갈치,낙지,가자마:중국산, 장아:페루산, 삼치:원양산
 ■ 위 식단은 식자재 수급사정으로 인하여 변경될 수 있으니 양해 바랍니다.

※ 식단 수급 사정에 의해 변동이 될 수 있습니다.

주간 식단표(3월5일~3월11일)

결	담당	사무국장	원장
			
재		전 결	

월 / 일	3월5일 (월)	3월6일 (화)	3월7일 (수)	3월8일 (목)	3월9일 (금)	3월10일 (토)	3월11일 (일)
아침	참쌀밥 콩나물배추된장국 가지미조림 열무된장무침	참쌀밥(최재복아르신생신) 조개살미역국 돈육야채볶음 무나물	참쌀밥(이복동아르신생신) 생굴미역국 채소달걀찜 가지양념무침	참쌀밥 멸치배추된장국 고등어캔북은지조림 방풍나물	참쌀밥 야채스프 닭살메란조림 청포묵김가루무침	참쌀밥 북어국 소불고기 참나물무침	참쌀밥 근대된장국 콩치캐신김치조림 취나물볶음
연식	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽
열량(kcal)	601	620	610	626	612	603	604
단백질(g)	23.7	21.2	19.5	22.8	20.5	24.8	22.0
점심	서리태밥 참치김치찌개 훈제오리/소스 봉동겉절이	혼합잡곡밥 건새우아욱된장국 삼치구이 청경채볶음	녹두밥 잔치국수 편백 오이무침	혼합잡곡밥 해물순두부찌개 쇠고기깻잎볶음 세발나물	생선전치(흰밥) 쇠고기미역국 돈갈비찜 모듬전/잡채	혼합잡곡밥 굴무채국 마파두부 깻잎순나물	팔밥 비지찌개 스팸파프리카볶음 애너타리볶음
연식	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽
열량(kcal)	608	600	613	613	607	601	617
단백질(g)	24.0	21.7	23.5	24.4	24.1	24.0	21.3
저녁	혼합잡곡밥 쇠고기무국 소세지야채볶음 고사리볶음	흰미밥 김치콩나물국 안동찜닭 견과류멸치볶음	혼합잡곡밥 시금치된장국 갈치조림 유채나물	수수밥 돈육김치찌개 두부계란전 콩나물무침	혼합잡곡밥 물만두감자국 브로콜리쇠고기볶음 다시마부각	기장밥 조개살배추된장국 생선까스/소스 숙주나물	혼합잡곡밥 홍합살미역국 돈육간장불고기 더덕무침
연식	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽
열량(kcal)	629	600	618	602	613	608	626
단백질(g)	20.4	25.7	24.3	22.6	21.0	20.6	22.5
간식	요구르트 바나나	요구르트 꿀	요구르트 단호박죽	요구르트 오에스+매실주스	요구르트 생선전치(단호박설기)	요구르트 꿀	요구르트 바나나
당뇨간식	배지밀A 바나나/배지밀A	배지밀A 꿀/배지밀A	배지밀A 단호박죽/배지밀A	배지밀A 오에스+매실주스/배지밀A	배지밀A 생선전치(단호박설기)/배지밀A	배지밀A 꿀/배지밀A	배지밀A 바나나/배지밀A
관금식간식	두유류 매실주스	두유류 오렌지주스	두유류 토마토주스	두유류 강글주스	두유류 망고주스	두유류 매실주스	두유류 오렌지주스
총계	1,838kcal 68.1g	1,820kcal 68.6g	1,841kcal 67.3g	1,841kcal 69.8g	1,832kcal 65.6g	1,812kcal 69.4g	1,847kcal 65.8g

원산지 표 시

■ 쌀: 국내산, 김치(배추, 고춧가루): 국내산, 쇠고기: 국내산, 돼지고기: 국내산, 닭도막, 통닭: 국내산, 닭정육(뼈없는): 국내산
 ■ 양미리, 오징어: 국내산, 고등어: 노르웨이산, 동태, 코다리: 러시아산, 조기, 갈치, 낙지, 가자미: 중국산, 장어: 페루산, 삼치: 원양산
 ■ 위 식단은 식자재 수급사정으로 인하여 변경될 수 있으니 양해 바랍니다.

※ 식당 수급 사정에 의해 변동이 될 수 있습니다.

주간 식단표(2월26일~3월4일)

결재	담당	사무국장	원장

월 / 일	2월26일 (월)	2월27일 (화)	2월28일 (수)	3월1일 (목)	3월2일 (금)	3월3일 (토)	3월4일 (일)
아침	찰쌀밥 북어국 닭살매란조림 무나물 김치	찰쌀밥 열무된장국 콩치렌신김치조림 숙주맛살무침 김치	찰쌀밥 크림치즈스프 채소달걀찜 갯잎순나물 김치	찰쌀밥 유부김치국 돈육야채볶음 참나물무침 김치	찰쌀밥 배추된장국 삼치매콤조림 마늘종조림 김치	찰쌀밥 육수수스프 두부양념조림 시금치무침 김치	찰쌀밥 통합살미역국 소불고기 애호박노타리볶음 김치
연식	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽
열량(kcal)	608	614	636	619	608	610	630
단백질(g)	21.2	24.2	23.8	21.4	21.7	22.5	23.0
점심	혼합잡곡밥 돈육김치찌개 쇠고기갯잎볶음 세발나물 김치	현미밥 수제비감자국 두부게란전 섬초무침 김치	추가밥 짜장면 탕수육 단무지 김치	수수밥 쇠고기무국 닭매콤야채볶음 방풍나물 김치	오곡밥 굴무우국 오색나물 구운김 김치	팔밥 분동된장국 조기구이 감자채볶음 김치	혼합잡곡밥 순두부찌개 돈육매란조림 더덕무침 김치
연식	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽
열량(kcal)	628	601	616	603	602	619	629
단백질(g)	24.3	23.1	23.0	21.6	24.1	25.4	24.3
저녁	서리태밥 조개살배추된장국 양미리무조림 가지양념무침 김치	혼합잡곡밥 황태콩나물국 대패삼겹살구이/쌈장 오이무침 김치	녹두밥 쇠고기미역국 스팸야채볶음 어묵볶음 김치	혼합잡곡밥 근대된장국 코다리간장조림 분동무침 김치	기장밥 어묵국 쇠고기숙주볶음 청포묵김가루무침 김치	혼합잡곡밥 들깨무채국 춘천식당갈비 유채나물 김치	차조밥 멸치배추된장국 임연수국이 다시마부각 김치
연식	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽
열량(kcal)	600	628	602	630	606	608	603
단백질(g)	24.6	22.1	19.9	25.3	24.1	22.6	21.6
간식	요구르트 오에스+매실주스	요구르트 굴	요구르트 요플레	요구르트 바나나	요구르트 약식,부럼	요구르트 굴	요구르트 카스타드+감귤주스
당뇨간식	배지밀A 오에스+매실주스/배지밀A	배지밀A 굴/배지밀A	배지밀A 요플레/배지밀A	배지밀A 바나나/배지밀A	배지밀A 약식,부럼/배지밀A	배지밀A 굴/배지밀A	배지밀A 카스타드+감귤주스/배지밀A
관급식간식	검은콩두유 감귤주스	검은콩두유 망고주스	검은콩두유 매실주스	검은콩두유 오렌지주스	검은콩두유 토마토주스	검은콩두유 감귤주스	검은콩두유 망고주스
총계	1,836kcal 70.1g	1,843kcal 69.4g	1,854kcal 67.4g	1,852kcal 68.3g	1,816kcal 69.9g	1,837kcal 70.5g	1,862kcal 68.9g

※ 식단 수급 사정에 의해 변동이 될 수 있습니다.

주간 식단표(2월19일~2월25일)

결	담당	사무국장	원 장
재		전 결	

월 / 일	2월19일 (월)	2월20일 (화)	2월21일 (수)	2월22일 (목)	2월23일 (금)	2월24일 (토)	2월25일 (일)
아침	찰밥 쇠고기스프 파프리카비엔나볶음 오이도라지무침 김치	찰밥 사골국 닭살매란조림 방풍나물 김치	찰밥 얼갈이된장국 낙지아채볶음 섬초무침 김치	찰밥 야채스프 돈육양배추볶음 돌나물초고추장무침 김치	찰밥(전날남음) 생굴미역국 쇠고기표고볶음 구운김 김치	찰밥 멸치배추된장국 고등어캔묵은지조림 콩나물무침 김치	찰밥(남음) 쇠고기미역국 마늘달걀장조림 참나물무침 김치
연식	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽
열량(kcal)	622	625	606	624	601	604	613
단백질(g)	20.0	22.1	21.8	20.1	24.7	22.1	20.1
점심	현미밥 시래기된장국 임연수국이 취나물볶음 김치	혼합잡곡밥 들깨무채국 삼겹살찜 상추/양배추/쌈장 김치	보리밥/강된장 황태콩나물국 소불고기 감자채볶음 김치	혼합잡곡밥 쇠고기배추된장국 갈치구이 도토리묵야채무침 김치	기장밥 닭칼국수 핫도그 봉동겉절이 김치	혼합잡곡밥 사골국 닭간장조림 견과류멸치볶음 김치	차조밥 아육된장국 장어구이/쌈장 물미역오이초무침 김치
연식	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽
열량(kcal)	622	609	606	629	609	602	606
단백질(g)	21.0	23.7	26.9	24.4	23.5	23.9	24.3
저녁	혼합잡곡밥 두부버섯찌개 쇠고기숙주볶음 시금치나물 김치	녹두밥 홍합살배추된장국 삼치카레구이 유채나물 김치	혼합잡곡밥 다시마감자국 두부으깬전 고사리볶음 김치	수수밥 사골국 훈제오리/소스 깻잎지 김치	혼합잡곡밥 유채된장국 생선까스/소스 숙주나물 김치	팔밥 북어국 스팸새송이볶음 무장아찌볶음 김치	혼합잡곡밥 굴무우국 마파두부 달래쌈바카무침 김치
연식	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽
열량(kcal)	608	602	600	604	606	632	600
단백질(g)	25.2	22.5	20.8	23.4	21.1	22.6	22.7
간식	요구르트 요플레	요구르트 바나나	요구르트 카스타드+매실쥬스	요구르트 굴	요구르트 편고구마	요구르트 바나나	요구르트 굴
당뇨간식	베지밀A 요플레/베지밀A	베지밀A 바나나/베지밀A	베지밀A 키스타드+매실쥬스/베지밀A	베지밀A 굴/베지밀A	베지밀A 편고구마/베지밀A	베지밀A 바나나/베지밀A	베지밀A 굴/베지밀A
관급식간식	검은콩두유 오렌지쥬스	검은콩두유 토마토쥬스	검은콩두유 감귤쥬스	검은콩두유 망고쥬스	검은콩두유 매실쥬스	검은콩두유 오렌지쥬스	검은콩두유 토마토쥬스
총계	1,852kcal 66.2g	1,836kcal 68.3g	1,812kcal 69.5g	1,857kcal 67.9g	1,816kcal 69.3g	1,838kcal 68.6g	1,819kcal 67.1g

※ 식단 수립 시정에 의해 변동이 될 수 있습니다.

■ 쌀:국내산, 김치(배추,고춧가루):국내산, 쇠고기:국내산, 돼지고기:국내산, 닭토막,통닭:국내산, 닭정육(뼈없는):국내산
 ■ 양미리,오징어:국내산, 고등어:노르웨이산, 동태,코다리:러시아산, 조기,갈치,낙지,가자미:중국산, 장어:페루산, 삼치:원양산
 ■ 위 식단은 식자재 수급사정으로 인하여 변경될 수 있으니 양해 바랍니다.

홍천노인전문요양원

주간 식단표(2월12일~2월18일)

결재	담당	사무국장	원장
		전 결	

월 / 일	2월12일 (월)	2월13일 (화)	2월14일 (수)	2월15일 (목)	2월16일 (금)	2월17일 (토)	2월18일 (일)
아침	찰쌀밥 육수수프 돈육가지볶음 콩나물무침 김치	찰쌀밥 사골국 달걀야채찜 도라지나물 김치	찰쌀밥 열무된장국 콩치킨신김치조림 파래무무침 김치	찰쌀밥 양송이수프 닭살메란조림 참나물무침 김치	찰쌀밥 떡만두국 두부양념조림 미역줄기볶음 김치	찰쌀밥(반찬2인분) 조개살미역국 소불고기 청포묵김가루무침 김치	찰쌀밥 배추된장국 가지미조림 고사리볶음 김치
연식	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽
열량(kcal)	629	601	601	601	629	611	610
단백질(g)	20.8	22.8	21.6	20.6	23.1	22.7	22.3
점심	혼합잡곡밥 참치김치찌개 식고기깻잎볶음 콩동된장무침 김치	콩나물밥/양념장 멸치배추된장국 오징어야채볶음 유채나물 김치	혼합잡곡밥 해물수제비 야채전 숙갓오이무침 김치	기장밥 건새우아욱된장국 자반고등어구이 견과류멸치볶음 김치	혼합잡곡밥 사골국 돈육버섯볶음 동태전 김치	차조밥 해물호박된장국 갈치무조림 마늘콩조림 김치	혼합잡곡밥 돈육김치찌개 순살치킨/소스 느타리버섯볶음 김치
연식	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽
열량(kcal)	609	600	601	608	610	603	604
단백질(g)	24.0	22.9	26.4	24.7	23.6	24.5	20.0
저녁	녹두밥 근대된장국 조기구이 방풍나물 김치	혼합잡곡밥 물만두감자국 춘천식당갈비 깻잎순된장무침 김치	수수밥 소고기무국 비엔나야채볶음 브로콜리오징어/초고추장 김치	혼합잡곡밥 김치콩나물국 식고기청경채볶음 성초무침 김치	팥밥 홍합살배추된장국 코다리무조림 잡채 김치	혼합잡곡밥 순두부찌개 야채달걀말이 감자채볶음 김치	서리태밥 사골국 돈육메란조림 애호박새송이볶음 김치
연식	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽
열량(kcal)	601	607	601	605	615	604	617
단백질(g)	23.4	21.2	22.3	23.7	23.5	23.0	25.3
간식	요구르트 바나나	요구르트 오예스+감귤주스	요구르트 꿀	요구르트 요플레	요구르트 한과+식혜	요구르트 꿀호떡+매실주스	요구르트 꿀
당뇨간식	베지밀A 바나나/베지밀A	베지밀A 오예스+감귤주스/베지밀A	베지밀A 꿀/베지밀A	베지밀A 요플레/베지밀A	베지밀A 한과+식혜/베지밀A	베지밀A 꿀호떡+매실주스/베지밀A	베지밀A 꿀/베지밀A
관급식간식	두유류 매실주스	두유류 오렌지주스	두유류 토마토주스	두유류 포도주스	두유류 감귤주스	두유류 망고주스	두유류 매실주스
총계	1,839kcal 68.2g	1,808kcal 66.9g	1,803kcal 70.3g	1,814kcal 69.0g	1,854kcal 70.2g	1,818kcal 70.2g	1,831kcal 67.6g

원산지 표 시

■ 쌀:국내산, 김치(배추, 고춧가루):국내산, 식고기:국내산, 돼지고기:국내산, 닭토막,통닭:국내산, 닭정육(뼈없는):국내산
 ■ 양미리,오징어:국내산, 고등어:노르웨이산, 동태,코다리:러시아산, 조기,갈치,낙지,가자미:중국산, 장어:페루산, 삼치:원양산
 ■ 위 식단은 식자재 수급사정으로 인하여 변경될 수 있으니 양해 바랍니다.

※ 식당 수급 사정에 의해 변동이 될 수 있습니다.

주간 식단표(2월5일~2월11일)

결	담당	사무국장	원장
		전 결	

월 / 일	2월5일 (월)	2월6일 (화)	2월7일 (수)	2월8일 (목)	2월9일 (금)	2월10일 (토)	2월11일 (일)
아침	참쌀밥 크림치즈스프 돈육파리고추조림 참나물무침 김치	참쌀밥 생굴미역국 닭살아채볶음 방풍나물 김치	참쌀밥 홍합살배추된장국 고등어캔북은지조림 깻잎순볶음 김치	참쌀밥 표고버섯감자국 소불고기 돌나물고추장무침 김치	참쌀밥 돌깨무채국 토마토게란볶음 청포묵김가루무침 김치	참쌀밥 아욱된장국 가지미무조림 애호박새송이볶음 김치	참쌀밥 김치콩나물국 두부양념조림 무나물 김치
연식	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽
열량(kcal)	620	616	614	606	604	615	602
단백질(g)	20.2	20.5	23.3	22.5	21.5	23.0	23.5
점심	수수밥 조개살배추된장국 낙지아채볶음 봉동된장무침 김치	혼합잡곡밥 청국장찌개 쇠고기깻잎볶음 설탕무침 김치	추기밥 잔치국수 전빵 부추양파무침 김치	혼합잡곡밥 열무된장국 삼치구이 고사리볶음 김치	생선전치(흰밥) 홍합살미역국 돈갈비찜 모듬전/잡채 김치	혼합잡곡밥 동태찌개 닭아채매콤볶음 가지양념무침 김치	현미밥 호박감자된장국 임연수구이 베이컨감자채볶음 김치
연식	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽
열량(kcal)	600	600	606	603	604	609	602
단백질(g)	23.9	23.5	23.4	21.3	22.8	23.1	23.3
저녁	혼합잡곡밥 쇠고기무국 채소달걀말이 숙주나물 김치	기장밥 건새우시금치된장국 코다리무조림 유채나물 김치	혼합잡곡밥 어묵국 돈육아채볶음 물미역/초고추장 김치	차조밥 돈육김치찌개 훈제오리/머스타드소스 팬이버섯미역줄기볶음 김치	혼합잡곡밥 콩나물배추된장국 조기구이 깻잎지 김치	서리태밥 콩비지찌개 스팸아채볶음 견과류멸치볶음 김치	혼합잡곡밥 황태게란국 브로콜리쇠고기볶음 오이도라지무침 김치
연식	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽	흰죽/영양죽
열량(kcal)	610	635	620	610	622	616	613
단백질(g)	21.6	26.2	23.2	23.0	25.1	23.5	22.9
간식	요구르트 카스타드+매실주스	요구르트 꿀 베지밀A	요구르트 요플레 베지밀A	요구르트 바나나 베지밀A	요구르트 생선전치(기종떡) 베지밀A	요구르트 편고구마 베지밀A	요구르트 꿀 베지밀A
당뇨간식	카스타드+매실주스/베지밀A	베지밀A 꿀/베지밀A	베지밀A 요플레/베지밀A	베지밀A 바나나/베지밀A	베지밀A 생선전치(기종떡)/베지밀A	베지밀A 편고구마/베지밀A	베지밀A 꿀/베지밀A
관급식간식	두유류 감귤주스	두유류 망고주스	두유류 매실주스	두유류 오렌지주스	두유류 토마토주스	두유류 감귤주스	두유류 망고주스
총계	1,830kcal 65.7g	1,851kcal 70.2g	1,840kcal 69.9g	1,819kcal 66.8g	1,830kcal 69.4g	1,840kcal 69.6g	1,817kcal 69.7g

원산지 표 시

■ 쌀: 국내산, 김치(배추, 고춧가루): 국내산, 쇠고기: 국내산, 돼지고기: 국내산, 닭도마, 통닭: 국내산, 닭정육(뼈없는): 국내산
 ■ 양미리, 오징어: 국내산, 고등어: 노르웨이산, 동태, 코다리: 러시아산, 조기, 갈치, 낙지, 가자미: 중국산, 장어: 페루산, 삼치: 원양산
 ■ 위 식단은 식자재 수급사정으로 인하여 변경될 수 있으니 양해 바랍니다.

* 식당 수급 사정에 의해 변동이 될 수 있습니다.

홍천노인전문요양원

결재	단장	사무국장	원장

월 / 일	1월29일 (월)	1월30일 (화)	1월31일 (수)	2월1일 (목)	2월2일 (금)	2월3일 (토)	2월4일 (일)
아	생굴미역국 돈육버섯볶음 감자채볶음	참쌀밥 감자스프 닭살메란조림 시금치나물	참쌀밥 아욱된장국 삼치무조림 숙주나물	참쌀밥 돌깨무채국 두부새우젓조림 섬초무침	참쌀밥 아채스프 돈육부추볶음 깻잎지	참쌀밥 복어국 소불고기 무나물	참쌀밥 열갈이된장국 콩치캔묵은지조림 애호박새우젓볶음
점	김치	김치	김치	김치	김치	김치	김치
연식	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽
열량(kcal)	609	629	613	603	606	608	620
단백질(g)	19.4	21.2	24.1	22.2	20.4	22.5	21.4
점	혼합잡곡밥 참치김치찌개 쇠고기청경채볶음 양배추/쌈장	흰미밥 열무된장국 고등어구이 방풍나물	카레라이스 콩나물국 달걀후라이 단무지무침	기장밥 배추된장국 갈치조림 봄동무침	라면 김밥 오이무침 굴	녹두밥 근대된장국 코다리조림 고사리볶음	혼합잡곡밥 청국장찌개 스팸달걀말이 미역줄기볶음
심	김치	김치	김치	김치	김치	김치	김치
연식	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽
열량(kcal)	628	607	631	610	627	600	611
단백질(g)	22.7	21.2	25.1	23.9	19.0	24.0	21.3
저	서리태밥 멸치배추된장국 가지미무조림 유채나물	혼합잡곡밥 쇠고기무국 오징어볶음 참나물무침	수수밥 물만두감자국 쇠고기깻잎볶음 물미역/초고추장	혼합잡곡밥 달래된장국 닭아채간장조림 돌나물고추장무침	팔밥 홍합배추된장국 장어구이/쌈장 도라지나물	혼합잡곡밥 굴무우국 돈갈비찜 견과류멸치볶음	차조밥 돈육김치찌개 연두부/양념장 가지양념무침
녁	김치	김치	김치	김치	김치	김치	김치
연식	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽	흰죽
열량(kcal)	611	603	610	610	607	603	617
단백질(g)	24.8	24.3	20.7	23.4	26.0	23.0	23.2
간식	요구르트 요플레	요구르트 바나나	요구르트 굴	요구르트 감자떡+매실쥬스	요구르트 오에스+감귤쥬스	요구르트 굴	요구르트 바나나
당뇨간식	베지밀A 요플레/베지밀A 두유류	베지밀A 바나나/베지밀A 두유류	베지밀A 굴/베지밀A 두유류	베지밀A 감자떡+매실쥬스/베지밀A 두유류	베지밀A 오에스+감귤쥬스/베지밀A 두유류	베지밀A 굴/베지밀A 두유류	베지밀A 바나나/베지밀A 두유류
관금식간식	오렌지쥬스	토마토쥬스	감귤쥬스	망고쥬스	매실쥬스	오렌지쥬스	토마토쥬스
총계	1,848kcal 66.9g	1,839kcal 66.7g	1,854kcal 69.9g	1,823kcal 69.5g	1,840kcal 65.4g	1,811kcal 69.5g	1,848kcal 65.9g

■ 쌀: 국내산, 김치(배추, 고춧가루): 국내산, 쇠고기: 국내산, 돼지고기: 국내산, 닭도마, 통닭: 국내산, 닭정육(뼈없는): 국내산

■ 양미리, 오징어: 국내산, 고등어: 노르웨이산, 동태, 코다리: 러시아산, 조기, 갈치, 낙지, 가자미: 중국산, 장어: 페루산, 삼치: 원양산

주간 식단표(1월22일~1월28일)

결재	담당	사무국장	원장
		전 결	

월 / 일	1월22일 (월)	1월23일 (화)	1월24일 (수)	1월25일 (목)	1월26일 (금)	1월27일 (토)	1월28일 (일)
아침	잡쌀밥 옥수수스프 돈육메란조림 애호박버섯볶음 김치	잡쌀밥 아욱된장국 고등어김치조림 참나물무침 김치	잡쌀밥 콩나물국 마늘종게란조림 감자채볶음 김치	잡쌀밥(박은죽이로신생신) 들깨미역국 쇠고기청경채볶음 어묵볶음 김치	잡쌀밥 양송이스프 비엔나소세지야채볶음 청포묵김가루무침 김치	잡쌀밥 열무된장국 공치캔묵은지조림 무나물 김치	잡쌀밥 달걀감자국 훈제오리/소스 미나리쑥갓무침 김치
연식	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽
열량(kcal)	606	602	600	624	620	617	621
단백질(g)	18.3	22.9	23.1	21.1	18.0	21.7	23.3
점심	팔밥 시금치된장국 갈치조림 오이도라지무침 김치	추가밥 스파게티 모닝빵 오이무침 김치	서리태밥 멸치배추된장국 숙주쇠고기볶음 다시마부각 김치	혼합잡곡밥 짜장면 탕수육 단무지 김치	콩나물밥/양념장 해물호박된장국 코다리조림 성초무침 김치	혼합잡곡밥 순두부찌개 닭야채찜 방풍나물 김치	기장밥 유채된장국 파프리카스팸볶음 새송이양배추볶음 김치
연식	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽
열량(kcal)	608	614	606	616	602	608	617
단백질(g)	25.4	20.9	23.8	23.0	24.7	22.5	20.1
저녁	혼합잡곡밥 굴무우국 소고기깻잎볶음 유채나물 김치	처조밥 돈육김치찌개 달걀말이 콩나물볶음 김치	혼합잡곡밥 다시마감자국 춘천식닭갈비 시금치무침 김치	현미밥 배추된장국 삼치무조림 가지양념무침 김치	혼합잡곡밥 청국장찌개 버섯돈육불고기 숙주나물 김치	수수밥 황태해장국 두부으깬전 견과류멸치볶음 김치	혼합잡곡밥 들깨무채국 임연수구이 깻잎지 김치
연식	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽
열량(kcal)	616	610	619	606	624	604	603
단백질(g)	21.7	22.8	22.5	21.5	23.8	24.8	24.2
간식	요구르트 꿀	요구르트 바나나	요구르트 베지밀A	요구르트 요플레	요구르트 꿀	요구르트 카스타드+매실주스	요구르트 편고구마
당뇨간식	베지밀A 꿀/베지밀A 검은콩두유 망고주스	베지밀A 바나나/베지밀A 검은콩두유 매실주스	베지밀A 요리프로그렐(맛케이크)/베지밀A 검은콩두유 오렌지주스	베지밀A 요플레/베지밀A 검은콩두유 토마토주스	베지밀A 꿀/베지밀A 검은콩두유 감귤주스	베지밀A 카스타드+매실주스/베지밀A 검은콩두유 망고주스	베지밀A 편고구마/베지밀A 검은콩두유 매실주스
총계	1,830kcal 65.4g	1,826kcal 66.6g	1,825kcal 70.1g	1,846kcal 65.6g	1,846kcal 66.5g	1,829kcal 69.0g	1,841kcal 67.6g

■ 쌀: 국내산, 김치(배추, 고춧가루): 국내산, 쇠고기: 국내산, 돼지고기: 국내산, 닭도마, 통닭: 국내산, 닭정육(뼈없는): 국내산
 ■ 양미리, 오징어: 국내산, 고등어: 노르웨이산, 동태, 코다리: 러시아산, 조기, 갈치, 낙지, 가자미: 중국산, 정어: 페루산, 삼치: 원양산
 ■ 위 식단은 식자재 수급사정으로 인하여 변경될 수 있으니 양해 바랍니다.

주간 식단표(1월15일~1월21일)

결	담당	사무국장	원 장
		전 결	

월 / 일	1월15일 (월)	1월16일 (화)	1월17일 (수)	1월18일 (목)	1월19일 (금)	1월20일 (토)	1월21일 (일)
아	참쌀밥 총합살배추된장국 가지미무조림 숙주나물	참쌀밥 물만두감자국 오징어브로콜리/초고추장 봉동된장무침	참쌀밥 들깨무채국 두부새우젓조림 미역오이무침	참쌀밥 쇠고기스프 닭살게란장조림 도라지나물	참쌀밥(무해춘아르신생선) 생굴미역국 아채달걀찜 가지양파볶음	참쌀밥(이제션아르신생선) 총합살미역국 돈육파리고추조림 견과류멸치볶음	참쌀밥 북어국 연두부/양념장 미나리무침
점	김치	김치	김치	김치	김치	김치	김치
연식	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽
열량(kcal)	617	602	611	607	613	606	601
단백질(g)	24.1	20.8	22.3	23.8	22.0	21.7	23.1
점	혼합잡곡밥 김치콩나물국 닭야채매콤볶음 깻잎순나물	생선잔치(흰밥) 쇠고기미역국 돈갈비찜 모듬전, 전채	혼합잡곡밥 냉이달래된장국 코다리조림 감자채볶음	무밥/달래양념장 청국장찌개 쇠고기 깻잎볶음 고비나물	추가밥 잔치국수 햇도그 상추부추겉절이	기장밥 얼갈이된장국 고등어구이 느타리파프리카볶음	혼합잡곡밥 표고버섯달걀국 훈제오리/소스 깻잎지
심	김치	김치	김치	김치	김치	김치	김치
연식	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽
열량(kcal)	606	607	603	629	603	612	617
단백질(g)	24.0	24.1	24.1	24.7	21.9	23.5	24.9
저	차조밥 크림치즈스프 청경채쇠고기볶음 파래무무침	혼합잡곡밥 배추된장국 조기구이 참나물무침	현미밥 돈육김치찌개 게란후라이 애호박새우젓볶음	혼합잡곡밥 시래기된장국 임연수구이 섬초무침	수수밥 어묵국 숙주돈육볶음 구운김	혼합잡곡밥 쇠고기무국 비엔나야채볶음 오이지무침	차조밥 멸치배추된장국 소불고기 양배추/쌈장
녁	김치	김치	김치	김치	김치	김치	김치
연식	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽
열량(kcal)	638	600	619	618	627	633	614
단백질(g)	20.3	22.4	19.3	21.4	23.1	20.7	22.3
간식	요구르트 바나나	요구르트 생선잔치(백설기)	요구르트 굴	요구르트 요플레	요구르트 감자떡	요구르트 굴	요구르트 오예스+매실주스
당뇨간식	베지밀A 바나나/베지밀A	베지밀A 생선잔치(백설기)/베지밀A	베지밀A 굴/베지밀A	베지밀A 요플레/베지밀A	베지밀A 감자떡/베지밀A	베지밀A 굴/베지밀A	베지밀A 오예스+매실주스/베지밀A
관급식간식	검은콩두유 토마토주스	검은콩두유 감귤주스	검은콩두유 망고주스	검은콩두유 매실주스	검은콩두유 오렌지주스	검은콩두유 토마토주스	검은콩두유 감귤주스
총계	1,861kcal 68.4g	1,809kcal 67.3g	1,833kcal 65.7g	1,854kcal 69.9g	1,843kcal 67.0g	1,851kcal 65.9g	1,832kcal 70.3g

■ 쌀:국내산, 김치(배추, 고춧가루):국내산, 쇠고기:국내산, 돼지고기:국내산, 닭도마, 통닭:국내산, 닭정육(뼈없는):국내산
 ■ 양미리, 오징어:국내산, 고등어:노르웨이산, 동태, 코다리:러시아산, 조기, 갈치, 낙지, 가자미:중국산, 장어:페루산, 삼치:원양산
 ■ 위 식단은 식자재 수급사정으로 인하여 변경될 수 있으니 양해 바랍니다.

주간 식단표(1월8일~1월14일)

결	담당	사무국장	원장
		전 결	

월 / 일	1월8일 (월)	1월9일 (화)	1월10일 (수)	1월11일 (목)	1월12일 (금)	1월13일 (토)	1월14일 (일)
아	잡쌀밥 열갈이된장국 소불고기 마늘쫄로림	잡쌀밥 참치김치찌개 가자미조림 감자채볶음	잡쌀밥 감자스프 훈제오리/소스 새송이애호박볶음	잡쌀밥 건새우시금치된장국 달걀베이컨찜 숙주나물	잡쌀밥 황태콩나물국 닭살테리소스야채볶음 다시마부라	잡쌀밥 맑은순두부찌개 돈육양배추볶음 깻잎지	잡쌀밥 유채된장국 돈육간장볶음 시금치무침
점	김치	김치	김치	김치	김치	김치	김치
연식	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽
열량(kcal)	606	625	646	612	609	639	648
단백질(g)	22.9	24.6	20.8	21.9	23.5	24.1	24.5
점	영양밥/달래양념장 어묵국 양미리조림 청경채무침	혼합잡곡밥 영양갈비(후원)탕 파프리카스팸볶음 유채나물	녹두밥 떡만두국(굴) 공치캔묵은지조림 가지양념구이	혼합잡곡밥 소고기무국 고등어구이 봄동무침	추가밥 해물칼국수 돈육굴소스볶음 부추양파무침	차조밥 호박감자된장국 닭살메란조림 두부계란전	혼합잡곡밥 돈육김치찌개 코다리조림 어묵볶음
심	김치	김치	김치	김치	김치	김치	김치
연식	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽
열량(kcal)	639	640	608	665	617	613	627
단백질(g)	22.9	20.1	24.3	25.2	26.5	25.0	26.1
저	혼합잡곡밥 김치콩나물국 낙지야채볶음 방풍나물	팥밥 조갯살미역국 삼겹살부추찜/쌈장 오이무침	혼합잡곡밥 아욱된장국 돈육장조림 견과류멸치볶음	수수밥 비지찌개 오징어불고기 물미역/초고추장	혼합잡곡밥 달래된장국 안동찜닭 미역줄기볶음	기장밥 야채스프 임연수구이 청포묵무침	혼합잡곡밥 달걀감자국 참치야채전 무장아찌
녁	김치	김치	김치	김치	김치	김치	김치
연식	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽	흰죽/갈은죽
열량(kcal)	611	602	602	601	617	609	161
단백질(g)	24.6	21.5	24.7	23.0	20.9	20.3	19.4
간식	요구르트 바나나	요구르트 요플레	요구르트 딸기	요구르트 굴	요구르트 카스타드+매실주스	요구르트 찐고구마	요구르트 굴
당뇨간식	베지밀A 바나나/베지밀A	베지밀A 요플레/베지밀A	베지밀A 딸기/베지밀A	베지밀A 굴/베지밀A	베지밀A 카스타드+매실주스/베지밀A	베지밀A 찐고구마/베지밀A	베지밀A 굴/베지밀A
관급식간식	두유류 매실주스	두유류 오렌지주스	두유류 토마토주스	두유류 감귤주스	두유류 망고주스	두유류 매실주스	두유류 오렌지주스
총계	1,856kcal 70.4g	1,867kcal 66.2g	1,856kcal 69.8g	1,878kcal 70.1g	1,843kcal 70.9g	1,861kcal 69.4g	1,436kcal 70.0g

주간 식단표(1월1일~1월7일)

결	담당	사무국장	원장
			전결 

월 / 일	1월1일 (월)	1월2일 (화)	1월3일 (수)	1월4일 (목)	1월5일 (금)	1월6일 (토)	1월7일 (일)
아침	잡쌀밥 크림치즈스프 식고기청경채볶음 애호박야채볶음 김치	잡쌀밥(이소덕아트신생선) 식고기미역국 달걀야채찜 고비나물 김치	잡쌀밥 멸치배추된장국 콩치캔무조림 취나물볶음 김치	잡쌀밥 식고기무국 닭살메란조림 물미역초고추장 김치	잡쌀밥 옥수수스프 돈육부추볶음 청포묵김가루무침 김치	잡쌀밥 근대된장국 장어구이/쌈장 도라지나물 김치	잡쌀밥 물만두감자국 두부새우젓조림 구운김 김치
연식	원죽/영양죽	원죽/영양죽	원죽/영양죽	원죽/영양죽	원죽/영양죽	원죽/영양죽	원죽/영양죽
열량(kcal)	608	617	612	601	605	612	604
단백질(g)	21.7	21.5	21.2	24.7	23.2	21.1	23.7
점심	기장밥 만두국 돈갈비찜 잡채 김치	혼합잡곡밥 아욱된장국 코다리무조림 섬초나물 김치	보리밥/강된장 콩나물국 소불고기 얼무된장무침 김치	라면 김밥 오이무침 굴 김치	현미밥 얼갈이된장국 조기구이 고사리나물 김치	혼합잡곡밥 생굴미역국 닭아채조림 깻잎순나물 김치	녹두밥 식고기배추된장국 달걀쪽파말이 유채나물 김치
연식	원죽/영양죽	원죽/영양죽	원죽/영양죽	원죽/영양죽	원죽/영양죽	원죽/영양죽	원죽/영양죽
열량(kcal)	603	609	604	665	617	609	601
단백질(g)	22.0	23.4	23.3	26.2	21.1	23.4	22.6
저녁	혼합잡곡밥 배추된장국 생고등어무조림 숙주나물 김치	서리태밥 다시마감자국 훈제오리/소스 무나물 김치	혼합잡곡밥 참치김치찌개 돈육버섯볶음 가지양념무침 김치	수수밥 유채된장국 가지미조림 시금치나물 김치	혼합잡곡밥 황태해장국 두부으깬전 참나물무침 김치	차조밥 청국장찌개 식고기야채볶음 봄동무침 김치	혼합잡곡밥 돌깨무채국 삼치조림 콩나물볶음 김치
연식	원죽/영양죽	원죽/영양죽	원죽/영양죽	원죽/영양죽	원죽/영양죽	원죽/영양죽	원죽/영양죽
열량(kcal)	608	606	610	605	601	609	624
단백질(g)	23.0	24.7	23.9	20.5	23.4	24.7	21.3
간식	요구르트 요플레 배지밀A	요구르트 굴 배지밀A	요구르트 바나나 배지밀A	요구르트 딸기 배지밀A	요구르트 감자떡+매실쥬스 배지밀A	요구르트 오예스+감귤쥬스 배지밀A	요구르트 굴 배지밀A
당뇨간식	요플레/배지밀A	배지밀A 굴/배지밀A	배지밀A 바나나/배지밀A	배지밀A 딸기/배지밀A	배지밀A 감자떡+매실쥬스/배지밀A	배지밀A 오예스+감귤쥬스/배지밀A	배지밀A 굴/배지밀A
관급식간식	두유류 감귤쥬스	두유류 망고쥬스	두유류 매실쥬스	두유류 오렌지쥬스	두유류 토마토쥬스	두유류 감귤쥬스	두유류 망고쥬스
총계	1,819kcal 66.7g	1,832kcal 69.6g	1,826kcal 68.4g	1,871kcal 71.4g	1,823kcal 67.7g	1,830kcal 69.2g	1,829kcal 67.6g

원산지
표시

■ 쌀:국내산, 김치(배추, 고춧가루):국내산, 식고기:국내산, 돼지고기:국내산, 닭도마, 통닭:국내산, 닭정육(뼈없는):국내산
 ■ 양미리, 오징어:국내산, 고등어:노르웨이산, 동태, 코다리:러시아산, 조기, 갈치, 낙지, 가자미:중국산, 장어:태국산, 삼치:원양산
 ■ 위 식단은 식자재 수급사정으로 인하여 변경될 수 있으니 양해 바랍니다.

※ 식당 수급 사정에 의해 변동이 될 수 있습니다.